



# 給食だより

令和8年 **1月**

西岡中学校・羊丘中学校

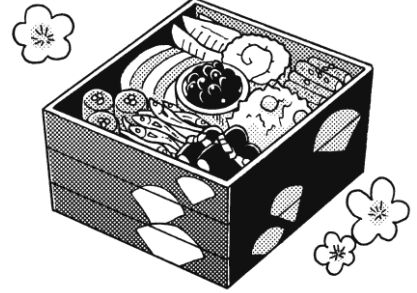
今年も残すところあとわずかとなりました。健康管理に気をつけて、良い年の瀬をお過ごしください。



## お正月に食べるおせち料理



おせち料理は、もともと旧暦において季節の変わり目の「<sup>せち</sup>節日」の日に神様に供えて、それを家族で食べるものでした。本来は五節句（人日 <sup>じんじつ</sup> 上巳 <sup>じょうし</sup> 端午 <sup>たんご</sup> 七夕 <sup>しちせき</sup> 重陽 <sup>ちようよう</sup>）の時のものですが、のちに正月だけの料理をさすようになりました。



### おせち料理の意味や込められた願い

<p><b>黒豆</b></p> <p>「まめ」は丈夫を意味し健康に暮らせるようにという願いが込められています。</p>	<p><b>数の子</b></p> <p>にしんの卵はたくさんの数があることから子孫繁栄の願いが込められています。</p>
<p><b>田づくり</b></p> <p>かたくちいわしを肥料として田畑にまいて豊作になった事から五穀豊穰を願っています。</p>	<p><b>えび</b></p> <p>えびのように腰が曲がるまで長生きできるようにという願いが込められています。</p>
<p><b>こぶ巻き</b></p> <p>よろ「こぶ」の言葉にかけた縁起物です。</p>	<p><b>きんとん</b></p> <p>「金団」と書き、財宝に見立てて、豊かな1年を願ったものといわれています。</p>

1月24日から30日は  
全国学校給食週間です。



学校給食は、明治22年に始まって以来、各地に広がっていきましたが、戦争の影響などによって中断されました。戦後、食糧難による児童の栄養状態の悪化を背景に学校給食の再開を求める国民の声が高まるようになり、昭和21年6月に米国のアジア救済公認団体から、給食用物資の寄贈を受けて、昭和22年1月から学校給食が再開されたことを記念しています。

現在の学校給食は栄養のバランスのとれた食事、成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。

# 1月予定献立



月	火	水	木	金
<p><b>愛媛の柑橘「天草(あまくさ)」が登場します</b></p> <p>19(月)に天草(あまくさ)を提供予定です。天草は、とても果汁が多く、完熟した温州みかんのような濃厚な甘みの特徴です。また、外の皮は薄く、温州みかんに比べ果肉の色が淡いです。</p> <p>給食では、様々な柑橘(かんきつ)類が献立に登場します。お気に入りの種類を探すのも楽しいですね!</p> 			<p><b>15日</b> <small>西岡給食なし</small></p> <p>パスタミートソース 厚揚げサラダ 国産温州みかんゼリー</p> <p><small>ソトメ 豚肉 大豆水煮 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 七味 にんにく 生姜 パセリ 小麦粉 カレー粉 トマト缶詰 デミグラスソース/厚揚げ 生姜 片栗粉 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま/国産温州みかんゼリー</small></p>	<p><b>16日</b></p> <p>焼豚チャーハン 星のコロッケ ヨーグルト和え</p> <p><small>胚芽米 大麦 豚肉 長ねぎ 生姜 にんにく 人参 玉ねぎ ホルモン 干し椎茸 グリンピース ごま油/星のコロッケ/みかん缶 パイン缶 黄桃缶 なし缶 ヨーグルト</small></p>
<p><b>19日</b> カレーライス ほうれん草と ベーコンのサラダ 天草(あまくさ)</p>	<p><b>20日</b> 角食(1枚) 味噌ワタンスープ チキンカツ チョコクリーム</p>	<p><b>21日</b> ご飯 スンドゥブチゲ いわしのカリカリフライ ごま和え</p>	<p><b>22日</b> 味噌うどん チーズフォンデュ パイナップル缶詰</p>	<p><b>23日</b> エスカロップ ほうれん草と コーンのサラダ</p>
<p><small>白飯 豚肉 赤ワイン ジャガ芋 人参 玉ねぎ 七味 りんご 生姜 にんにく グリンピース 小麦粉 カレー粉 カルシウム/ベーコン ほうれん草 もやし 白ごま/あまくさ</small></p>	<p><small>ワタンスープ 豚肉 生姜 にんにく 赤みそ 白みそ 豆板醤 ごま油 ママ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ ほうれん草/鶏肉 小麦粉 全卵 パン粉/豆乳 チョコレート ビューリアン コンスター</small></p>	<p><small>豆腐 豚肉 生姜 にんにく 豆板醤 赤みそ ごま油 あさり 人参 玉ねぎ えのき たけ にら/いわしのカリカリフライ/ほうれん草 白菜 白すりごま</small></p>	<p><small>ソフトめん 鶏肉 生姜 にんにく ごま油 豆みそ 赤みそ 白すりごま 油揚げ つと 干し椎茸 ほうれん草 長ねぎ/チーズフォンデュ コロッケ/パイナップル缶詰</small></p>	<p><small>胚芽米 大麦 バター パセリ たけのこ 豚肉 小麦粉 全卵 パン粉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく かつお トマトピューレ デミグラスソース カレー粉/ナムル ほうれん草 ホルモン 白ごま</small></p>
<p><b>26日</b> 肉炒め丼 味噌汁 十勝大豆コロッケ</p>	<p><b>27日</b> 背割りコッペ 白菜と肉ボールの クリーム煮 焼きフランク コールスローサラダ</p>	<p><b>28日</b> ご飯 マーボー豆腐 揚げぎょうざ ナムル</p>	<p><b>29日</b> 広東(カントン)メン (えび入り) 大学芋 みかん</p>	<p><b>30日</b> 鶏ごぼうごはん サケフライ からし和え</p>
<p><small>白飯 豚肉 ママ 人参 もやし 小松菜 玉ねぎ りんご 生姜 にんにく 豆板醤 片栗粉 ごま油 白ごま/じゃが芋 塩わかめ 長ねぎ 白みそ 赤みそ/十勝大豆コロッケ</small></p>	<p><small>豚肉 すりみ 焼き豆腐 玉ねぎ 片栗粉 白菜 人参 マッシュルーム パセリ 小麦粉 パターシュレッド チーズ 対応の牛乳 豆乳/キャベツ 人参 ホルモン からし</small></p>	<p><small>豆腐 豚肉 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干し椎茸 赤みそ いたすソース ごま油 豆板醤 片栗粉/ぎょうざ/ナムル 小松菜 もやし 人参 ごま油 豆板醤 白ごま</small></p>	<p><small>ソトメ 豚肉 生姜 にんにく えび いか 玉ねぎ もやし 白菜 人参 たけのこ ママ 干し椎茸 黒きくらげ チンゲン菜 ごま油 片栗粉/さつまいも 水あめ 黒ごま/みかん</small></p>	<p><small>胚芽米 大麦 鶏肉 焼き豆腐 生姜 白みそ ごぼう 人参 油揚げ 赤みそ 白ごま/かつお/ナムル 小松菜 もやし からし</small></p>

## <給食の献立について>

※主な食材を載せており、調味料は一部省略しています。

※牛乳は毎日つきます。果物は変更になることがあります。

※カラフトシシャモの内臓や、あさり・しらす干し・ちりめんじゃこ・わかめ・昆布などの海産物全般に、小さなえび・かに・たこ等が混入している場合があります。

※揚げ油は毎回新しい油ではなく、複数回の使用となります。

